

Hoe de gezondheidsrisico's van alcoholgebruik verminderen?

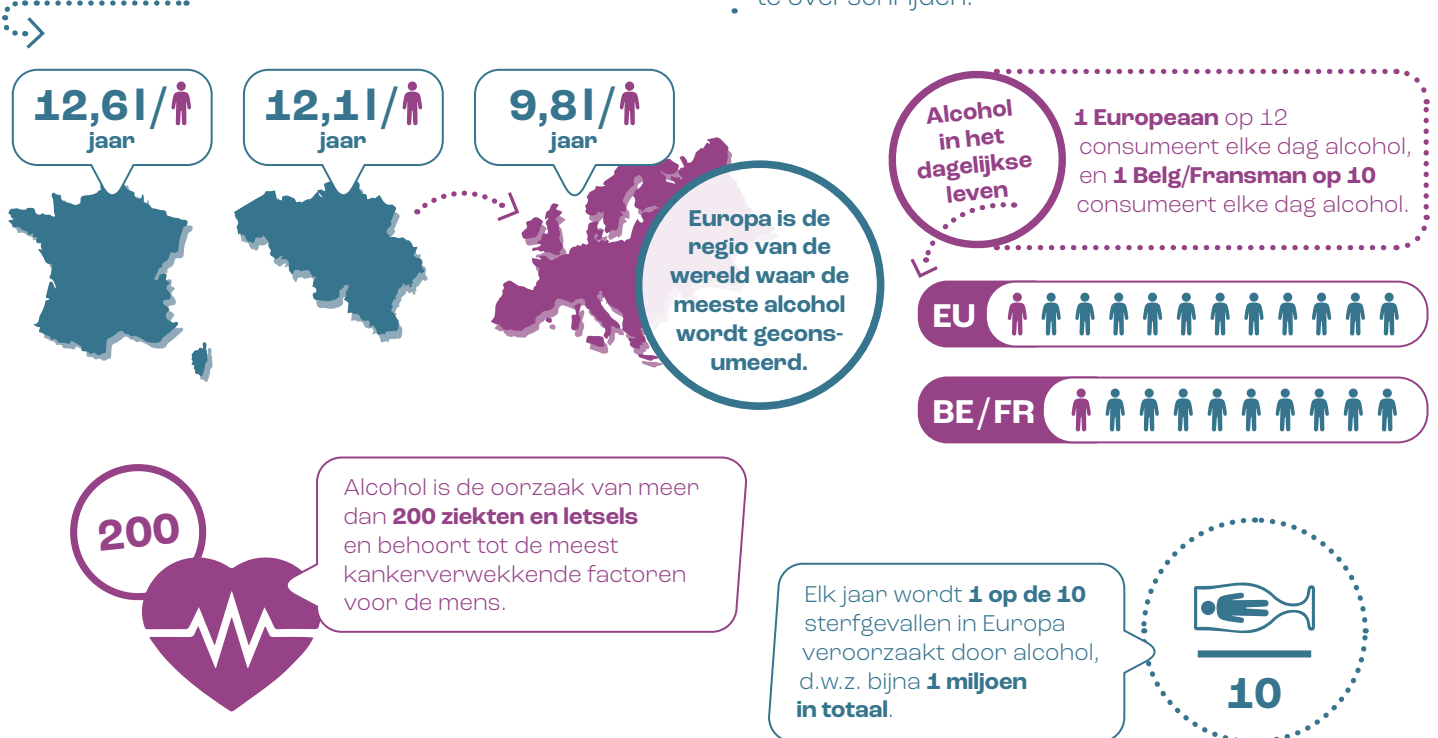
Aanbevelingen voor een multidisciplinaire, grensoverschrijdende en Europese aanpak.

SATRAQ

Avec le soutien du Fonds européen de développement régional
Met de steun van het Europees Fonds voor Regionale Ontwikkeling

- Alcoholgebruik wordt te vaak pas in de verslavingsfase als een probleem gezien. Alcoholgebruik houdt nochtans steeds een gezondheidsrisico in. Frankrijk en België raden aan om de **10/2/0 benchmarks** voor laag risico-consumptie voor volwassenen niet te overschrijden.¹

Consumptie van pure alcohol



De SATRAQ-projectpartners stellen 3 aanbevelingen voor

1

BEWUSTMAKEN

De kennis van de gezondheidsrisico's van alcoholgebruik verbeteren. Kennis van de risico's en aanbevolen gebruiksbenchmarks is de basis om een verandering in het gebruik in gang te zetten.

2

PROFESSIONALS

OPLEIDEN in de gezondheids- en sociale sector als gezondheidspartners op het gebied van alcoholgebruik. De toegang tot training en tools voor professionals vergemakkelijken.

3

EEN EUROPESE STRATEGIE

Een echte alcoholstrategie van de Europese Unie opstellen om doeltreffend preventiebeleid op alle niveaus te ondersteunen.

Misbruik begint wanneer men de **10/2/0 benchmarks** overschrijdt, en/of tijdens elk gebruik in bepaalde omstandigheden (kindertijd, zwangerschap, autorijden, ziekte...).

De 10/2/0 gebruiksbenchmarks:

- ↳ Maximaal 10 standaardeenheden per week,
- ↳ Maximaal 2 standaardglazen per dag,
- ↳ Meerdere dagen onthouding per week.

1. Exclusief zwangerschap of een bepaalde medische situatie.

Bevindingen

De kwestie van alcoholgebruik wordt zelden aan de orde gesteld vanwege onwetendheid over de gevolgen ervan voor de gezondheid, evenals over de benchmarks voor gebruik met een lager risico.

Professionals in de gezondheidszorg en welzijn hebben maar al te vaak het gevoel dat ze geen legitimiteit hebben en niet goed toegerust zijn om het probleem van alcoholgebruik met hun patiënten/rechthebbenden aan te pakken.

Het ontbreken van een gecoördineerd beleid op EU-niveau belemmert de implementatie van effectieve maatregelen, vooral in grensregio's.

Onze aanbevelingen



BEWUSTMAKEN

De kennis van de impact van alcoholgebruik op de gezondheid verbeteren om betere leefgewoonten te stimuleren.

- ↳ Beter informeren over de effecten van alcoholgebruik op de gezondheid (slaap, mentale gezondheid, medische contra-indicaties, enz.).
- ↳ De kennis van gebruiksbenchmarks voor consumptie met een lager risico (10/2/0) verbeteren.
- ↳ De toegang tot hulpmiddelen om het eigen alcoholgebruik te beoordelen vergemakkelijken.
- ↳ Projecten voor risicovermindering en gezondheidsbevordering aanmoedigen waarvan de acties gericht zijn op mensen in de leeftijd waarop ze beroepsactief zijn en in een situatie van alcoholmisbruik.
- ↳ Een grensoverschrijdend informatieportaal opzetten om hulpmiddelen voor ondersteuning en toezicht toegankelijk te maken.



PROFESSIONALS OPLEIDEN

in de gezondheids- en sociale sector als gezondheidspartners op het gebied van alcoholgebruik.

- ↳ De expertise van professionals in de gezondheidszorg en welzijnszorg versterken, zowel in de initiële als in de voortgezette opleiding. In Wallonië: zich laten inspireren door de structurele verplechting die op het Franse grondgebied is uitgevoerd om de RPIB-opleidingen (Repérage Précoce et Intervention Brève, vroegtijdig herkennen en snelle interventie) beter in te zetten.
- ↳ Tijdens de opleidingen (RPIB):
 - Scenario's voorstellen om de toe-eigening van de tools te bevorderen.
 - De legitimiteit versterken om het onderwerp alcohol bespreekbaar te maken.
 - Zorgen voor multidisciplinariteit in de profielen van getrainde professionals om de vorming van lokale grensoverschrijdende netwerken te stimuleren.
 - Professionals in de gezondheidszorg en welzijnszorg uitrusten om hen in staat te stellen de identificatie van risicogebruik connect uit te voeren.



EEN EUROPESE STRATEGIE

Een echte alcoholstrategie van de Europese Unie opstellen om doeltreffend preventiebeleid op alle niveaus te ondersteunen.

- ↳ Van alcohol een echt volksgezondheidsprobleem maken op Europees niveau met een "alcoholstrategie" die kan worden opgesplitst in nationale actieplannen in elke lidstaat.
- ↳ Aannemen van Europese wetgeving voor verplichte etikettering van het aantal standaardeenheden op verpakkingen van alcoholische dranken en bevordering van gezondheidslabels en boodschappen op verpakkingen (pictogram zwangere vrouw, enz.).
- ↳ De toepassing van het ondersteuningsbeleid voor RPIB aanmoedigen, geïnitieerd door het Europees plan voor de strijd tegen kanker.
- ↳ Gezondheidsacties steunen voor publiek in een situatie van misbruik en niet alleen in een situatie van verslaving.
- ↳ De toegang van structuren voor gezondheidsbevordering tot Europese financieringsprogramma's vergemakkelijken.
- ↳ De zorg voor grensoverschrijdende patiënten in de Zoast (Zone Organisée d'Accès aux Soins Transfrontaliers, georganiseerde zone voor toegang tot grensoverschrijdende zorg) verbeteren op het gebied van alcoholisme en preventie.